



### GESTIÓN DEL TIEMPO

En SENATI te brindamos las siguientes pautas para que puedas administrar de manera eficiente tu tiempo en tus actividades laborales.

Entendemos a la **gestión del tiempo** como el reparto adecuado de tu tiempo de trabajo en las distintas tareas que tienes que realizar. Con una buena gestión del tiempo te permitirá obtener una mayor productividad.



### GESTIÓN DEL TIEMPO



Matriz del tiempo de Eisenhower

- Prioriza**  
Utiliza la matriz del tiempo.
- Apúntalo todo**  
Utiliza agenda o calendario.
- Programa**  
Elige momento y tiempos.
- Mantén un orden**  
No pierdas tiempo.
- Descarta**  
Evita ladrones del tiempo.
- Di no**  
No intentes abarcar todo.